

## **BAB V**

### **SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI**

#### **1.1 Simpulan**

Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dengan tingkat korelasi yang kuat diantara informasi pesan konten peningkatan kesehatan terhadap gaya hidup sehat. Beberapa kesimpulan penelitian ini sebagai berikut:

1. Sub variabel isi pesan pada variabel informasi pesan konten peningkatan kesehatan berpengaruh secara signifikan terhadap gaya hidup sehat, dengan tingkat korelasi yang rendah, dan memiliki hubungan yang negatif melalui pengujian dengan membuktikan hipotesis ditolak. Hasil tersebut dapat dimaknai bahwasanya mayoritas responden sebagai pengikut akun Instagram @temanngesus merasa bahwa isi pesan dari setiap konten yang diunggah oleh instagram itu mempengaruhi gaya hidup sehatnya. Responden cenderung memahami maksud dan tujuan dari informasi yang diberikan pada konten peningkatan kesehatan tersebut. Akan tetapi sebagian responden lainnya tidak bisa menerapkan gaya hidup sehat setelah membaca isi pesan dari konten peningkatan kesehatan tersebut.
2. Sub variabel struktur pesan pada variabel informasi pesan konten peningkatan kesehatan berpengaruh secara signifikan terhadap gaya hidup sehat, dengan tingkat korelasi kuat, dan jenis hubungan yang positif melalui pengujian dengan membuktikan hipotesis diterima. Responden atau para pengikut akun Instagram @temanngesus telah mendapatkan informasi mengenai peningkatan kesehatan, melalui pesan yang disampaikan secara lugas dan memiliki kesimpulan yang positif

terkait tips gaya hidup sehat pada unggahan konten Instagram @temanngesus. Mereka ketika membaca konten pada Instagram @temanngesus, merasa bahwa struktur pesan yang disajikan memudahkan mereka untuk mencerna maksud dan tujuan dari konten tersebut untuk memenuhi kebutuhan gaya hidup sehatnya.

3. Sub variabel format pesan pada variabel informasi pesan konten peningkatan kesehatan terhadap gaya hidup sehat berpengaruh secara signifikan, dengan tingkat korelasi yang kuat, dan jenis hubungan yang positif melalui pengujian dengan membuktikan hipotesis diterima. Responden atau para pengikut akun Instagram @temanngesus merasa tertarik dengan format pesan mengenai informasi peningkatan kesehatan dengan desain konten yang menarik, sehingga memudahkan responden membaca maksud dari ilustrasi yang terdapat pada setiap konten unggahan akun Instagram @temanngesus untuk menerapkan gaya hidup sehat.
4. Sub variabel sumber pesan pada variabel informasi pesan konten peningkatan kesehatan terhadap gaya hidup sehat tidak berpengaruh secara signifikan, dengan tingkat korelasi rendah, namun jenis hubungan positif melalui pengujian dengan membuktikan hipotesis ditolak. Responden atau para pengikut akun Instagram @temanngesus sebagian besar tidak terlalu mementingkan mengenai sumber pesan yang tercantum pada informasi konten peningkatan kesehatan yang di unggah oleh akun Instagram @temanngesus, sebagian besar responden tersebut sudah merasa terpenuhi dalam kebutuhan informasi mengenai penerapan gaya hidup sehat, tanpa harus memperhatikan sumber pesan yang digunakan pada unggahan kontennya.

5. Variabel independen informasi pesan konten peningkatan kesehatan terhadap variabel dependen gaya hidup sehat secara simultan atau bersamaan berpengaruh signifikan, dengan tingkat korelasi kuat yang terjadi antar variabel dan hipotesis diterima. Hasil tersebut dapat dimaknai bahwa terjadinya pemanfaatan akun Instagram @temanngėjus terhadap pemenuhan informasi gaya hidup sehat mendapatkan pengaruh yang signifikan, tingkat pengaruh yang tinggi dari informasi pesan konten peningkatan kesehatan dapat menyebabkan responden atau *followers* dari Instagram @temanngėjus dapat mempengaruhi secara signifikan terhadap penerapan gaya hidup sehat. Sebagaimana teori *uses and gratification* bahwa masyarakat berperan aktif dalam memilih media untuk memenuhi kebutuhannya, dan mayoritas responden memilih media Instagram khususnya akun Instagram @temanngėjus dalam pemenuhan kebutuhan peningkatan kesehatan terhadap gaya hidup sehat. Sehingga semakin tinggi responden mendapatkan informasi pesan konten peningkatan kesehatan melalui akun Instagram @temanngėjus, maka akan semakin tinggi pula penerapan gaya hidup sehatnya.

## 5.2 Implikasi

Hasil dari penelitian ini dapat diterapkan dalam dunia akademik terutama dalam ranah komunikasi, baik secara teoritis maupun praktis. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya akan mengemukakan beberapa implikasi yang dianggap relevan, diantaranya:

### 5.2.1 Implikasi Teoritis:

1. Hasil penelitian yang didapatkan yakni adanya hubungan yang signifikan dari variabel informasi pesan konten peningkatan kesehatan terhadap

gaya hidup sehat. Hal ini dibuktikan dengan aspek atau sub variabel isi pesan, struktur pesan, format pesan, dan sumber pesan yang termasuk ke dalam variabel informasi pesan konten peningkatan kesehatan sehingga timbulnya penerapan gaya hidup sehat bagi para responden atau khususnya *followers* akun Instagram @temanngesus. Maka dari itu penelitian ini dapat dianggap berperan penting untuk menambah literatur dalam ranah kajian komunikasi massa, komunikasi media baru, bahkan kesehatan.

2. Peneliti memperkuat konsep pada penelitian (Kusumaningrum,dkk, 2019; Gumilar, G., & Zulfan, I, 2014; Puspitadewi Ismi, dkk, 2016) yang menjelaskan mengenai aspek pemanfaatan perkembangan penggunaan teknologi internet dan media sosial sebagai sarana dalam penyebarluasan informasi. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian bahwa masyarakat mengakses media sosial khususnya Instagram untuk memenuhi kebutuhan gaya hidup sehat nya, dengan memilih media dan informasi sesuai dengan minat dan tujuannya seperti akun Instagram yang ada dalam penelitian ini yaitu @temanngesus.
3. Peneliti memperkuat konsep penelitian komunikasi dalam cakupan ranah komunikasi media baru atau *new media* yang terkait dengan teori *uses and gratification* yang menurut Bauer dalam Mehrad & Tajer (2016) mengungkapkan

bahwa penonton aktif tidak mau menerima apa yang disajikan oleh media. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yang dimana ada dua aspek sub variabel informasi pesan konten peningkatan kesehatan dengan korelasi yang rendah-sedang, karena responden bersifat aktif sehingga mereka memilih informasi sesuai dengan minat dan kebutuhan mereka.

4. Selaras dengan pernyataan (Gunawan, 2015, hlm. 19) bahwa di era sekarang sebagian masyarakat meningkatkan taraf hidup melalui informasi yang disertai dengan perkembangan teknologi modernisasi. Sejalan dengan hasil dari data penelitian ini, mengenai penerapan gaya hidup sehat melalui informasi pesan konten peningkatan kesehatan melalui akun Instagram @temanngejus. Responden mendapatkan informasi pesan konten peningkatan kesehatan untuk menerapkan gaya hidup sehat melalui konten-konten yang diunggah oleh akun Instagram @temanngejus, mereka bisa memilih konten yang sesuai dengan minat dan kebutuhannya.

### **5.2.2 Implikasi Praktis**

1. Adanya pengaruh yang signifikan secara keseluruhan antara informasi pesan konten peningkatan kesehatan (X) terhadap gaya hidup sehat (Y). Hal ini menunjukkan bahwa dengan seiringnya penggunaan media sosial untuk mencari informasi maka responden akan semakin

terpengaruh melalui isi pesan, struktur pesan, format pesan, dan sumber pesan yang di unggah oleh akun Instagram salah satunya akun Instagram @temanngesus. Hal ini juga mengandung implikasi bagi akun yang khususnya bergerak pada bidang kesehatan, untuk memperhatikan konten informasi peningkatan kesehatan terhadap gaya hidup sehat agar lebih menarik, mencari sumber kredibel dalam penyajian konten agar responden atau khalayak mendapatkan informasi yang valid dan sesuai dengan kebutuhan.

2. Adanya pengaruh yang signifikan antara isi pesan (X1) informasi pesan konten peningkatan kesehatan terhadap gaya hidup sehat (Y). Hal ini menunjukkan bahwa dengan sederhana dan lugasnya isi pesan, maka responden mudah memahami konten informasi peningkatan kesehatan mengenai penerapan gaya hidup sehat. Hal ini juga mengandung implikasi agar kedepannya konten mengenai peningkatan kesehatan terhadap gaya hidup sehat pada akun Instagram @temanngesus, mengenai isi pesan dibuat semenarik dan sesederhana mungkin tanpa mengubah makna dan tujuan. Sehingga nantinya responden akan lebih tertarik setelah membaca isi pesan yang sudah dibuat semenarik mungkin yang masuk untuk segala segmen usia.
3. Adanya pengaruh yang signifikan antara struktur pesan (X2) informasi pesan konten peningkatan

kesehatan terhadap gaya hidup sehat (Y). Hal ini menunjukkan dengan struktur pesan yang digunakan pada konten akun Instagram @temanngesus mengenai informasi pesan konten peningkatan kesehatan terhadap gaya hidup sehat, dengan adanya penarikan kesimpulan pada struktur pesan ini menambah literasi responden khususnya *followers* akun Instagram @temangejus dalam peningkatan kesehatan untuk menerapkan gaya hidup sehat. Hal ini mengandung implikasi bagi akun Instagram @temanngesus, untuk lebih memperhatikan struktur pesan pada kontennya agar lebih terstruktur ketika dibaca oleh responden sehingga nantinya mudah dipahami dan tidak multitafsir.

4. Adanya pengaruh yang signifikan antara format pesan (X3) informasi pesan konten peningkatan kesehatan terhadap gaya hidup sehat (Y). Hal ini menunjukkan bahwa responden menyukai format pesan pada konten informasi peningkatan kesehatan terhadap gaya hidup sehat yang diunggah oleh akun Instagram @temanngesus, format pesan meliputi desain pada setiap konten yang diunggah. Hal ini juga mengandung implikasi bagi akun Instagram @temanngesus, untuk lebih memperhatikan desain setiap konten yang akan diunggah agar lebih menarik dengan menggunakan warna-warna yang cerah sehingga menggugah responden untuk membaca konten tersebut, atau membuat serangkaian video

dengan mengundang narasumber untuk membahas seputar peningkatan kesehatan.

### 5.3 Rekomendasi

Secara heuristic, penelitian ini hanyalah sebatas menemukan pengaruh signifikansi atau tingkat korelasi antar variabel bebas yaitu informasi pesan konten peningkatan kesehatan, terhadap variabel terikat yaitu gaya hidup sehat. Sebenarnya masih terdapat beberapa hal yang masih bisa dieksplor kembali guna penelitian di masa mendatang, misalnya dari sisi subjek penelitian (akun Instagram yang dipilih), lalu penentuan variabel-variabel lain yang dapat dieksplor lebih rinci atau dengan menggunakan variabel *control* atau mediator, selain itu peneliti merekomendasikan mengenai teori yang lebih dinamis dengan memerhatikan perkembangan zaman, agar hasil pengujian serta manfaat penelitian lebih terasa dampaknya dan relevan dikemudian hari terhadap kondisi masyarakat saat ini.

Penelitian yang telah dilakukan dengan analisa dan telah di jabarkan diatas memberikan banyak catatan bagi peneliti. Pada hal pertanggungjawaban keilmuan, maka dari itu peneliti mencoba memberikan rekomendasi atau masukan terhadap beberapa pihak yang bersangkutan agar relevan untuk kemudian dipertimbangkan dan diharapkan dapat bermanfaat guna kemajuan dimasa mendatang. Rekomendasi yang hendak disampaikan peneliti dijabarkan sebagai berikut:

1. Untuk Akademis

Penelitian mengenai informasi pesan konten peningkatan kesehatan terhadap gaya hidup sehat yang merupakan studi korelasi pada akun Instagram



@temanngejus dengan melibatkan *followers* akun tersebut sebagai responden. Dalam penelitian ini, masih memiliki beberapa kekurangan sehingga kiranya masih diperlukan pengembangan dan penyempurnaan kembali untuk riset dan kajian di waktu yang akan datang. Peneliti berharap, penelitian seputar topik komunikasi seperti penelitian ini semakin banyak diteliti agar dikemudian hari dapat menjadi bahan ajar atau referensi penelitian dan selanjutnya bisa menjadi sebuah acuan pengembangan dan penyempurnaan kembali untuk riset. Selain itu peneliti juga berharap, bahwa penelitian seputar topik *new media* dan komunikasi massa seperti penelitian ini semakin banyak diteliti agar nantinya tidak hanya menjadi bahan referensi saja, namun dapat menjadi acuan pengembangan serta pemanfaatan kedua ranah tersebut secara teoritis maupun praktir khususnya di era sekarang dengan kemajuan teknologi yang semakin berkembang pesat.

## 2. Untuk Akun Instagram

Mengenai informasi pesan konten peningkatan kesehatan terhadap gaya hidup sehat studi korelasi pada akun Instagram @temanngejus dengan respondennya yaitu *followers* akun instagram tersebut. Penelitian ini termasuk signifikan, maka dari itu untuk penayangan konten di akun Instagram khususnya yang bergerak pada informasi kesehatan lebih baik ditambahkan inovasi baru untuk memberikan informasi melalui konten yang menarik semisal dengan mengundang narasumber ahli kesehatan lalu mengadakan Tanya jawab secara live video ataupun membuat desain yang menarik pada setiap

unggahan konten. Para pengelola akun Instagram khususnya yang mengunggah informasi kesehatan harus mengetahui bagaimana segmentasi para *followers*-nya seperti segmentasi usia, gender, pekerjaan hingga pendidikan, agar akun Instagram tersebut tepat sasaran ketika mengunggah kontennya. Hal tersebut dapat meningkatkan ketertarikan yang tinggi untuk khalayak terhadap konten yang diunggah, sehingga khalayak dengan mudahnya mengikuti akun Instagram tersebut.

### 3. Untuk Pengguna Media Sosial Instagram Khususnya *Followers* yang mengikuti Akun Instagram Tentang Kesehatan

Adanya konten-konten yang diunggah oleh beberapa akun Instagram yang bergerak di bidang kesehatan dan diikuti oleh ribuan bahkan ratusan pengguna atau *followers* Instagram, membuat khalayak dalam hal ini mengharapkan mendapatkan informasi yang bermanfaat dari konten yang diunggah oleh akun tersebut. Maka dari itu para CEO atau Pencetus sebuah akun Instagram harus memperhatikan konten yang akan diunggah, desain dari konten tersebut bahkan sumber informasi untuk menjamin kredibilitasnya. Selain itu untuk para pengguna media sosial khususnya Instagram perlu memberikan *border* atau batasan dalam penggunaan media sosial, perlu adanya pengembangan di beberapa aspek salah satunya dalam media literasi agar dikemudian hari konten yang dilihat bisa di cermati bukan hanya ditelan bulat-bulat tanpa dicerna atau di kroscek kebenarannya. Dengan adanya teori *uses and gratification* membuktikan bahwa khalayak dapat

memilih media dan informasi sesuai dengan minat dan kebutuhannya, saat proses pemilihan media tersebut haruslah melakukan seleksi terlebih dahulu agar tidak mendapatkan informasi yang *hoax*.